

無限の可能性を信じ1度きりの人生に全力で挑め

# 1秒で突破する覚悟

## 「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55

アパホテル株式会社 代表取締役専務 元谷 拓

株式会社あさ出版(代表取締役:田賀井弘毅、所在地:東京都豊島区)は、元谷 拓 著『1秒で突破する覚悟 「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55』を2026年4月21日(火)に刊行いたします。

### 自分に納得のできる人生を歩むために

「一生懸命やればいいと思ってんじゃねえぞ。真剣にやれ！」——アパホテル株式会社 代表取締役専務である著者が、創業者である父から20代の頃に真正面で浴びせられたこの言葉は、その後の人生を決定づける“覚悟のスイッチ”となりました。朝から晩までがむしゃらに働く中で突きつけられた「一生懸命」と「真剣」の違い。その気づきが、受け身で生きるか、自分から取りに行くかという選択へとつながり、20代・30代・40代の景色を大きく変えていきました。

小さな挑戦、5分の本気、誰にも見えない努力——それらの積み重ねが、数年後に圧倒的な差となって現れる。

温かくちょっと刺激的な応援がつまった1冊です。

### タイトル:1秒で突破する覚悟 「いま、この瞬間」を生き抜く言葉55

著者:元谷 拓

ページ数: 248ページ

価格: 1,760円(10%税込) 発行日: 2026年4月21日

ISBN: 978-4-86667-822-1

#### 【目次】

#### 第1章 1秒で突破する人は「仕込み」から違う

—人生の勝負は既に始まっている

#### 第2章 行動した人間だけが次の景色を見られる

—人生最大のボーナスタイムを大いに活かす

#### 第3章 “挑戦”は人を大きくする

—失敗も叱責も、すべて成長の糧

#### 第4章 与える人間に「運」と「縁」は集まる

—感謝が人生の歯車を回し始める

#### 第5章 「本気でやる」と決めた瞬間(とき)、未来は動き出す

—自分の人生に、覚悟を刻め

#### 【著者プロフィール】元谷 拓(もとや・たく)

アパグループ専務

アパホテル株式会社代表取締役専務

1975年5月21日石川県小松市生まれ。県立金沢二水高校卒。中央大学経済学部卒。大学1年時に宅地建物取引士に当時最年少で合格。北陸銀行にて3年間勤務。アパグループに取締役として入社。常務取締役、アパホテル代表取締役専務に就任。リポビタンD300万本、オロナミンC100万本配布等、各企業様と約500事例超のサンプリングやコラボレーションを実現。日本最高層ホテルであるアパホテル&リゾート(東京ベイ幕張)のプールをポカリスエットプールに名称変更。現役プロ野球選手やタレントのトークショー、累計1,500万食突破したアパ社長カレーをプロデュース。ビジネスマッチングやコラボレーション、企画提案、業務改善、セミナー等のプロデューサーとして各種団体、会合、大学、高校等で講演実績有り。



## 動かすのは口ではない。体だ。

父は、東日本大震災のあと「被災地にホテルを建てるのが一番の社会貢献だ」と言いました。被災地にホテルを建設することで、地元のゼネコンが仕事を得て、観光客が泊まり、地域にお金が落ちる。そこに新しい流れができる。それが復興だと。

私たちがその思いを受け継ぎ、福島駅前に新しいホテル(アパホテル〈福島駅前〉)を建てたときのことです。

ゼネコンの方が「被災地に愛を込めたい」と粋なはからいをし、ホテルの大浴場の床にハートの形の石を3つ埋め込んでくれたと言います。

オープンの際にその話を聞いて、胸が熱くなりました。被災地に愛を込める――。言葉だけでなく、ハートの石を並べるという行動に、自らも被災者でありながら、それぞれの立場で復興に立ち向かう決意がこめられ、表れていると思ったからです。

小さな行動に人の温かさが宿る。人の心を動かす。動くから感動する。私は、仕事の本質はそういうところにあると思っています。

## 若さとは、努力が結果に反映されやすい `ボーナスタイム`

私は若い人によく言います。40歳を過ぎてから「これから大器晩成で」と言うのは、確率的に非常に厳しい。カーネル・サンダースのような例は稀で、だからこそ引き合いによく出される。

ほとんどの人は現実が壁になります。10代、20代のうちにどれだけ早く動けるか。そこが、これからの50年、60年を輝かせるか、残念にするかの分かれ道になるのです。

若さは武器です。でも多くの人は、残念ながらその価値に気づかない。50代以降になってから気づく人がどれだけ多いことか。

つまり若さとは、努力が結果に反映されやすい `ボーナスタイム`、なんです。

時間が味方してくれる期間は短い。だからこそ、早回しで動く。早い人ほど、評価をひっくり返せたり、より上げたりできます。

アパグループの中にも、私が尊敬している社員がたくさんいます。専務室秘書のSさんもその一人です。若いのに本当に人格者で、洞察力に優れていて、いつも笑顔で楽しそうに気遣いができるタイプ。立ち居振る舞いが丁寧で優しい。先読みして行動できる。

若いうちは「経験が浅い」と見られがちですが、Sさんのように姿勢が整っている人は、見る人が見れば、「まだ若い」から「しっかりしている」へ一瞬で評価が変わります。年齢ではなく、先読みした行動・姿勢があなたの価値を変えるのです。

## 結果を出してから上に行け

「上(のポジション)に行きたいんですけど、どうすればいいですか」

若い人からこう聞かれることがあります。私は、いつも同じ答えを返します。

「結果を出してから上に行け」

順番は、必ず結果が先です。どれだけ意欲があっても、どれだけ前向きなことを言っても、人は `出した結果`、でしか動かない。上のポジションとは、誰かに与えられるものではなく、自分が積み重ねた実績(=結果)に押し上げられていくものです。

では、その `結果`、とは何か。それこそ「自分がナンバーワンになれること」をつくることです。どんな小さな分野でもいい。「このジャンルなら誰にも負けない」と、胸を張れるようになることです。たった1つでいいんです。そこに結果がついていけば、人は認めざるを得ません。

そして「結果を出す」とは「他人を出し抜くこと」ではなく、自分の役割を最後までやり切る誠実さです。その姿勢こそが、人から信頼され、次のステージへと押し上げられていく `本当の力`、につながっていくのです。